

## **Psychologie & Spiritualität – eine Herzensangelegenheit**

Dass es zu diesem Arbeitstitel kam, ist einer ganz persönlichen Begegnung mit Doris Brombach zu verdanken, die im Rahmen meiner Teilnahme an ihrer Ausbildungsgruppe zusammen mit ihrem Mann Alexander, entstand.

Einer in mir wohnenden Hoffnung folgend, die durch spirituelle Texte genährt wurde, fand ich meinen Weg zu dieser Arbeit der mehrgenerationalen systemischen Traumatherapie nach Prof. Dr. Franz Ruppert.

Viele Wege und auch Umwege bin ich bis dort hin schon gegangen.

Woran Irrungen und Umwege zu erkennen sind und inwiefern diese mit Psychologie, Spiritualität und der Herzensangelegenheit zu tun haben, versuche ich hier aus meiner Sicht vorzustellen.

Es gibt nicht nur eine Vielzahl therapeutischer Richtungen innerhalb der Psychologie über deren Heilchancen- und Wirkungen - nicht nur Franz Ruppert - ausführlich in seinen Büchern spricht, sondern auch ein ebensolches Meer an Angeboten, die sich psychologisch/ spirituell nennen.

Doch **woran erkenne ich als hilfesuschender Mensch eine Begleitung**, die eine Lösung meines Problems mit mir gemeinsam sucht und jenen anderen Aspekt (geistig-seelischen/ oder spirituellen) in sich trägt, welche mich hoffen lässt, selbst in ausweglosesten Situationen noch eine Lösung zu finden?

Es scheint etwas Innewohnendes in uns selbst zu liegen, das diese Frage stellt und beantwortet haben will. Wer das ist, wessen Energie, woher sie kommt, dieses "Etwas" entzieht sich wissenschaftlich Nachweisbarem. Es lässt sich jedoch indirekt aus deren Wirkungen erklären. „Jedem tiefen Naturforscher muss eine Art religiösen Gefühls nahe liegen, weil er sich nicht vorzustellen vermag, dass die ungemein feinen Zusammenhänge, die er erschaut, von ihm zum ersten Mal gedacht werden“, sagte Albert Einstein (1879-1955), Begründer der Relativitäts-Theorie und Nobelpreisträger.

Der **wesentlichste Kern der Psychologie und Spiritualität** wird entwicklungs-geschichtlich den Normen und Gesetzen der Religionen entlehnt, die daher beide universale Wahrheiten beanspruchen.

Wie es zu dieser Entwicklung kam, soll hier nicht mein Thema sein, dieses Feld überlasse ich gern anderen.

Mich interessiert das "Dazwischen", die "Intuition", die "Innere Stimme" welches nicht mit den üblichen Methoden der Wissenschaftlichkeit, die sich gerne selbst zum religiösen Dogma erhebt, nachweisbar ist.

Dieses "Etwas" ist von entscheidender Bedeutung für unsere Suche und unser Glück. Nur unser eigenes Inneres (Kompass/ Körper/ Gefühle/ Intuition) weiß, dass es "so, wie es zur Zeit ist, sich nicht richtig anfühlt". Das Entscheidende fehlt, unabhängig davon, was mein Verstand dazu sagt oder was andere sagen oder denken.

So auch umgekehrt, dass es sich “gerade jetzt so richtig gut” anfühlt, weil etwas innerlich Übereinstimmung findet oder Wahrhaftes ans Licht gekommen ist.

Da ich mit meinem Anliegen einen Menschen aufsuche, der mir behilflich sein möge, liegt es nahe, dass ich mich frage, **wen ich aufsuche und welches Menschenbild** dieser hat. Wie wirkt dieser auf mich?

**Psychologeln und WissenschaftlerIn:**

Ist es der Gott in Weiß? Jemand, der die Wissenschaft als Absolutes über allem andern, bzw. mich stellt? Einer, der die Weisheit universitär für sich patentiert hat, so dass ich selbst mich klein und krank fühle? Dass ich z.B. nicht heilbar bin und mich lediglich gefügig seinen medizinischen/ psychotherapeutischen Prozeduren und Theorien unterwerfen darf. Fühle ich, dass ich mit meinem “Problem” ein ebenso großartiger Mensch bin, wie dieser selbst mit seinem Dokortitel? Oder bin ich diesem, seinem Wissen, ausgeliefert? Wird mir erklärt, so dass ich mit meinem Verstand und meinem Gefühl in Übereinstimmung komme?

**Spirituelle/r / EsoterikerIn:**

Ist es ein Geheimwissen mit Einhaltung von Ritualen, Formeln und Unterwerfung unter einen Meister? Gibt es so etwas wie “richtig” und “falsch”? Oder ist mein Wohlbefinden davon abhängig, dass ich Bestimmtes einhalten muss? Muss ich mir immer wieder eine Geisteshaltung erarbeiten, wobei mir diese gleichzeitig immer wieder im Alltagsleben abhanden kommt? Brauche ich dazu bestimmte Nahrungsmittel, Medikamente, Rauschmittel, Menschen? Bleibt das Ersehnte immer nur in der Zukunft? Wie fühle ich mich behandelt? Bemitleidet man mich und hält mich dadurch klein? Letztendlich: Erfüllt sich mein Herzenswunsch? Erkenne ich diesen überhaupt?

**Fazit:** Wenn solcherlei Fragen mich beschäftigen und die zu meiner Unterstützung gesuchte Autorität mir Unbehagen bereitet, könnte man sich fragen, ob der eingeschlagene Weg ein Irrweg ist, der nicht zu meinem Ziele führt. Wenn mein Vertrauen auf fremde Kompetenz mich nicht wirklich erleichtert und zur Eigenkompetenz führt, muss ich mich auf mein eigene innere Führung verlassen und woanders suchen. Und mich fragen woran es liegt, dass ich mich nicht verstanden und verbunden fühle und warum ich nicht glücklich bin.

In unserer heutigen Gesellschaft gilt es vor allen Dingen bestimmten Normen zu genügen. Erfolg wird in Geld und Wohlstand gemessen. Ein makelloser Körper mit Schönheits-Operationen, rigorosen Diäten und Fitnessprogrammen erzwungen. Die jungen Menschen mit Wissen voll gestopft ohne Rücksicht auf persönliche Bedürfnisse und Entwicklungs-Möglichkeiten. Das Ergebnis sind seelisch verhungerte (Elite-) Menschen, die ihre Sehnsucht nach “mehr” (Reichtum, Zinsen, Wissen, Überlegenheit, Macht) nicht stillen können. Diese Menschen sind dann therapeutisch, wissenschaftlich, politisch und sonst wie tätig. Von diesen Menschen Erlösung zu erwarten, ist ganz einfach unmöglich. Egal wie viele Professoren- und Ehrentitel auf dem Schild stehen oder welcher Ruf vermarktet wird. Sie haben es selbst nicht gefunden.

Irgendwann nach dem x-ten Seminar, Heirat, Freund/ in, Klinikaufenthalt stehen wir vor der Frage und der Entscheidung noch immer zu hoffen, aufzugeben oder endlich die Wahrheit zu finden.

Versprechen gibt es viele: Ganzheitliche, spirituelle, wissenschaftliche, politische, religiöse.

Aber wer hilft den Irrtum von der Wahrheit zu unterscheiden?

### Den Unterschied macht jener,

**1.** der mich in meinem **Ausdruck** (z.B. der Angst/ Depression) nicht abstempelt, stigmatisiert und überheblich sich selbst als gesund abgrenzend von mir distanziert, sondern mich in diesem gleichwertig achtet und mit mir gemeinsam auf die Suche geht.

Für mich persönlich finde ich diese Leitlinie für die Qualität einer Begegnung in folgendem spirituellen Text:

"O Menschenkinder!

Wisst ihr, warum Wir euch alle aus dem gleichen Staube erschaffen haben?

Damit sich keiner über den anderen erhebe.

Erwägt immer im Herzen, wie ihr erschaffen wurdet". <sup>1</sup>

**2.** der nicht das Symptom allein behandelt, sondern der **Ursache** auf den Grund geht.

Ein essgestörter Mensch z.B. erkennt die Ursache seiner Essstörung und kann sein Verhalten erlösen, weil er es nicht mehr zur Bewältigung seiner Ängste und Leere braucht.

**3.** der mir das **Vertrauen** entgegenbringt, dass mein Veränderungswunsch nicht abhängig ist vom Einhalten bestimmter Rituale, Formeln und Loyalitäten.

Derjenige muss in der Lage sein sich selbst - nicht durch erlernte Theorien und Meinungen einzugrenzen - sondern vollkommen offen mit mir gemeinsam den Kern meines Anliegens treffen und die Überzeugung haben, dass ich und jeder andere Mensch jene natürliche Fähigkeit hat mit

"eigenen Augen (zu) sehen, nicht mit denen anderer,

und durch eigene Erkenntnis Wissen (zu) erlangen,

nicht durch die (d) eines Nächsten". <sup>2</sup>

Wer immer mir dabei hilft, dass Licht, Erkenntnis und Wahrheit auftaucht, führt mich zu mir selbst und meiner ureigenen Kraft. Diese ist spürbar und unabhängig von anderen und dennoch auch verbindend von Herz zu Herz.

Henriette v. Niebelschütz

---

1 (Bahá'u'lláh)

2 (Bahá'u'lláh)